

### Mitternacht

---

Nicht ganz hier  
nicht ganz dort  
will ich bleiben  
will ich fort

bin gewesen  
werde sein  
bin zusammen  
bin allein

bin ich mutig  
leb in Angst

nicht ganz hier  
nicht ganz dort  
will ich bleiben  
will ich fort

---

*Monika Hilgenfeld*

### Kontakt

#### Sozialpsychiatrisches Zentrum des Caritasverbands für den Kreis Unna e.V.

Kleine Burgstr. 3 • 59423 Unna • Tel.: 0 23 03 - 23 80 67  
E-Mail: spz@caritas-unna.de • www.caritas-unna.de

#### Kontakt - und Beratungsstelle „Lichtblick“

Isolde Kleiner  
Krystina Pieprz-Kolodynska

#### Ambulant Betreutes Wohnen für psychisch Erkrankte

Gabriela Krüger-Stein, Mobil: 0160 - 969 896 70  
Sigrid Scheiwe, Mobil: 0160 - 908 943 88



Das Sozialpsychiatrische Zentrum

## Unterstützung im Lebensalltag

In unserer interkulturell geöffneten Einrichtung, dem Sozialpsychiatrischen Zentrum, heißen wir psychisch erkrankte Menschen, ihre Angehörigen, Freunde und Helfer herzlich willkommen.

Wir begleiten und unterstützen Hilfebedürftige mit einem multiprofessionellen Team, bürgerschaftlichem Engagement und Psychiatrieerfahrenen selbst.



### Ambulant Betreutes Wohnen

Das Ambulant Betreute Wohnen ist ein Angebot für Menschen, die an einer psychischen Erkrankung leiden und in ihren Möglichkeiten zur selbständigen Lebensführung beeinträchtigt sind.

Ziel ist eine weitestgehend eigenständige Lebensführung, indem ein komplexes Hilfsangebot zur psychischen Stabilisierung im Rahmen der Betreuung angeboten wird.



#### Zu den Leistungen gehören:

- Hilfen zur Vermittlung bzw. zum Erhalt einer Wohnung
- Hilfen zur Sicherung der materiellen Existenz
- Beratung und Unterstützung bei lebenspraktischen Problemen
- Einzel- und Gruppengespräche
- Hilfen zur Tagesstrukturierung
- Hilfen zur Freizeitgestaltung
- Beratung bei Problemen am Arbeitsplatz bzw. Fragen zur beruflichen Eingliederung
- Anhalten zur Fortsetzung ärztlicher und ggf. medikamentöser Behandlung
- Beratung von Angehörigen
- Krisen-Intervention



#### Kontakt- und Beratungsstelle „Lichtblick“

Die Kontakt- und Beratungsstelle „Lichtblick“ ist ein offenes Angebot mit der Möglichkeit, andere Menschen kennenzulernen, den Alltag oder die Freizeit zu gestalten und Wege zu neuen Kontakten zu finden.

#### Unsere Angebote:

- Hilfen zur Selbsthilfe
- Kontakt- und gemeinschaftsbildende Angebote
- Sport & Spiel
- Entspannung & Wahrnehmung
- Motopädische Einzelförderung
- Kreatives Gestalten
- Frühstückscafe
- Gemeinsame Mahlzeiten
- Beratung & Unterstützung für Betroffene, Angehörige, Freunde und Helfer